Почему музыка так сильно влияет на наши эмоции

Дэвид Робсон
BBC Future

8 октября 2015

THINKSTOCK

Музыка способна вызвать в человеке самые разнообразные чувства и переживания

В статье из серии "Спрашиваете - отвечаем", призванной утолить читательскую любознательность, журналист BBC Future исследует влияние музыки на эмоциональное состояние людей.

"Почему музыка оказывает прямое воздействие на наши эмоции? В чем эволюционный смысл этого явления?", - спрашивает Филип Лёриш, приславший нам свой вопрос по электронной почте.

Каждый человек испытывал на себе эмоциональную силу музыки, которая порой буквально берет нас за душу.

Мы можем прийти в состояние эйфории от драйвовой музыки в каком-нибудь рок-клубе, а слушая романтичную балладу, пережить глубокую тоску неразделенной любви...

Музыка выражает наши эмоции гораздо мощнее, чем способны выразить слова.

Однако, как справедливо замечает наш читатель, причины этого не лежат на поверхности.

(Другие статьи сайта BBC Future на русском языке)

"Мне понятно, почему ритм может быть так привлекателен, и я понимаю также то, что касается предвкушения, удивления, исполнения ожидаемого. Все эти вещи объясняют, почему музыка может представлять интерес. Но почему она действует на нас и на глубинном уровне - это остается для меня загадкой", - написал он.

Загадка антропологии

Наш читатель Филип - не единственный, кто задался этим вопросом. И он, кстати сказать, в неплохой компании.

Даже отец эволюционной теории Чарльз Дарвин был озадачен способностью человека воспринимать музыку и способность эту назвал "самой загадочной из тех, коими одарено [человечество]".

Некоторые ученые-мыслители - такие как когнитивист Стивен Пинкер - даже усомнились в том, есть ли вообще в музыке какая-то особая ценность.

На взгляд Пинкера, музыка нравится нам только потому, что стимулирует другие, более важные наши способности - способность распознавать паттерны, например.

THINKSTOCK

Нисходящие мелодико-гармонические секвенции обычно действуют на нас успокаивающе

Сама же по себе она, по мнению Пинкера, ценности не представляет и выступает лишь как раздражитель для слуха.

Когда б дело обстояло именно так, разве стали бы люди по всему миру тратить столько своего жизненного времени на музицирование и прослушивание музыки?

Если вы считаете себя музыкальным фриком, сопоставьте свою одержимость с отношением к музыке в племени бабинга. Эта центральноафриканская народность известна тем, что песней и танцем сопровождает любое занятие - от сбора меда до охоты на слонов.

Антрополог Жильбер Руже, живший среди представителей бабинга в 1946 году, обнаружил, что неучастие в ритуале совместного музицирования считается у них ужаснейшим из преступлений.

"Яснее, пожалуй, и не выразишь то, что песня и пища одинаково необходимы человеку для жизни, - заметил ученый. - По этой причине многие люди (включая меня самого) с трудом могут поверить в то, что музыка - это всего лишь фоновый саундтрек к истории человеческой эволюции".

По счастью, относительно назначения музыки существуют и альтернативные теории. Согласно одной особенно популярной гипотезе, музыка возникла в ответ на сексуальную конкуренцию среди людей - как яркий хвост у павлинов.

Действительно, развитые музыкальные способности делают человека сексуально более привлекательным.

Однако доказательств у этой теории пока немного: недавнее исследование 10 тыс. двойняшек не показало, что музыкантам как-то уж особенно везет в делах "постельных" (Мик Джаггер и многие другие рокеры, впрочем, могут с этим поспорить).

THINKSTOCK

Перебирая наши сердечные струны, музыка помогала нам устанавливать эмоциональный контакт с миром

Высказывается также предположение, что музыка явилась ранней формой коммуникации людей. И действительно, некоторые музыкальные мотивы несут в себе эмоциональные коды наших предков.

Вот, например, восходящее стаккато нас эмоционально заводит, а длительные нисходящие секвенции действуют успокаивающее. По-видимому, определенные звуковые построения содержат универсальные смыслы, одинаково считываемые взрослыми разных возрастов и культур, маленькими детьми и даже животными.

Так что можно с большой долей уверенности утверждать, что музыка возникла на фундаменте из ассоциаций с криками птиц и зверей как средство, с помощью которого древний человек, еще не имевший языка, мог выражать свои чувства и эмоции. Возможно даже, что музыка стала тем протоязыком, который подготовил почву для появления речи.

Кроме того, на определенном историческом этапе музыка, возможно, помогла объединению людей в сообщества. Групповой танец и пение хором сделали людей более альтруистичными и более склонными отождествлять себя с коллективом, в котором они существуют.

Согласно результатам новейших исследований нейробиологии, двигаясь синхронно с другим человеком, вы - благодаря сигналам, посылаемым вам мозгом - перестаете осознавать себя как нечто отдельное.

Вы будто в зеркало вглядываетесь в другого и узнаете в нем себя. Ну и, как все мы прекрасно знаем по собственным телесным реакциям, для того чтобы людям начать двигаться в едином порыве, нет лучшего средства, чем музыка.

Впрочем, чтобы произошли внутренние трансформации, вовсе не обязательно активное физическое включение в музыку (хотя оно и может усилить эффект).

Эмоциональный контакт с миром

Если мелодия вызывает в теле приятные вибрации, достаточно обычного ее прослушивания для того, чтобы наше эго уменьшилось. Звучит обнадеживающе, особенно для тех, чья музыкальная жизнь, подобно моей, привязана к дивану и iPod.

Группа, в которой больше солидарности и меньше внутренних раздоров, имеет более высокий шанс выжить и достичь процветания. Наиболее широко это было проиллюстрировано примером племени бабинга с его обязательным ежедневным музицированием.

THINKSTOCK

Вся жизнь человека на Земле сопровождается определнным музыкальным рядом

Антрополог Руже писал о бабинга: "При включении в процесс происходит до некоторой степени стирание собственной личности, так что каждый из участников начинает ощущать себя одним целым с группой поющих".

Роль музыки в качестве клея для социума можно проследить и на примере песен, которые поют рабы за работой, а также хоровых солдатских песен и песен матросов. Похоже, что музыка действительно сплачивает людей, делает их ближе друг другу.

Музыка, по-видимому, заложена в самой основе наших отношений с миром, и есть глубокий смысл в том, чтобы, перебирая наши сердечные струны, она помогала нам устанавливать эмоциональный контакт с другими людьми и вообще со всем сущим.

Каждая культура может надстраивать этот рудиментарный инстинкт по-своему, создавая собственный лексикон музыкальных аккордов и мотивов, которые станут ассоциироваться с определенными чувствами и эмоциями.

Каковы бы ни были генезис и исконное назначение музыки, современные люди уже не могут не связывать ее с важными событиями собственной жизни.

Нынешнее наше существование на Земле - от зачатия, вынашивания, рождения до похорон, со всем, что может случиться в промежутке - сопровождается определенным музыкальным рядом.

И неудивительно поэтому, что звуки любимых мелодий способны напоить нас таким пьянящим коктейлем из эмоций и воспоминаний.

Прочитать оригинал этой статьи *на английском языке можно на сайте* BBC Future.

Задайте нам любой вопрос

Журналисты BBC Future будут рады узнать, какие темы вас волнуют. Если, как у нашего читателя Филипа, у вас есть вопросы, по которым вы бы хотели получить от нас развернутый комментарий, свяжитесь с нами (по-английски) через Facebook или Twitter или пришлите свой вопрос по электронной почте на адрес отдела по вопросам соцсетей (sari.zeidler@bbc.com или william.park@bbc.com).

Читайте также

Что происходит, когда встречаешь своего двойника
1 октября 2015

"Техобслуживание" мозга: шесть практических советов
7 сентября 2015

Чем глупее, тем самоувереннее
3 сентября 2015

Каково это – жить, не испытывая эмоций?
2 сентября 2015

Тайный и явный смысл человеческого пота
21 августа 2015

Главное

Британские фермы теперь нанимают рабочих в Центральной Азии. Это одно из последствий войны в Украине
3 часа назад

LIVE Война в Украине: страны Балтии решили создать «линию обороны» на границе с Россией

В Сирии убит один из командиров иранской разведки. Иран винит Израиль
час назад

Не пропустите

Медиаскандал в Украине: причастен ли Офис президента Зеленского к давлению на СМИ?
19 января 2024

Как Европа справляется с российской газовой блокадой вторую зиму подряд
17 января 2024

КОНТЕКСТ.

Подпишитесь на нашу рассылку «Контекст»!
18 июля 2022

Гибель А-50: как ВСУ могли уничтожить российский летающий радар?
15 января 2024

Расследование Би-би-си: Израиль обвиняют в ударе по мирным жителям на Западном берегу
18 января 2024

Йемен до восстания хуситов: пистолет у виска и взлет клана аль-Хуси
16 января 2024

Азербайджан: зачем «Победоносному» внеочередные президентские выборы?
16 января 2024

Они были «глазами Израиля» на границе с Газой и предупреждали, что ХАМАС что-то замышляет. Их не послушали
15 января 2024

Самое популярное

1 Британские фермы теперь нанимают рабочих в Центральной Азии. Это одно из последствий войны в Украине

2 Медиаскандал в Украине: причастен ли Офис президента Зеленского к давлению на СМИ?

3 Франция предоставит Украине «умные» авиабомбы AASM Hammer. Как они могут изменить ситуацию на фронте?

4 В Германии снова массовые протесты против ультраправых. Чем они вызваны?

5 В Сирии убит один из командиров иранской разведки. Иран винит Израиль

6 Актер Алек Болдуин обвинен в непредумышленном убийстве оператора Галины Хатчинс

7 Общий враг. Что представляют собой группировки белуджей, из-за которых Иран и Пакистан били по территории друг друга

8 Британия впервые успешно провела испытания лазерного оружия, способного заменить ракеты

9 Война Израиля с ХАМАС: Би-би-си подсчитала разрушенные религиозные объекты в Газе

10 Россия впервые сообщила об атаке дронов в Ленинградской области. Почему это важно?